

Revista Saúde Física & Mental

FATORES DESENCADEANTES DO ESTRESSE OCUPACIONAL E DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ENFERMEIROS

TRIGGERING FACTORS OF OCCUPATION STRESS AND BURNOUT IN NURSES

Fernanda Aparecida Valeretto¹, Dhyeisiane Freire Alves²

RESUMO: Os enfermeiros podem sofrer desgaste físico e mental decorrente de suas atividades, acarretando seu adoecimento. O objetivo deste estudo foi pesquisar na literatura publicações relacionadas aos fatores desencadeantes do estresse e da síndrome de *burnout* em enfermeiros. Trata-se de um estudo de revisão de caráter qualitativo, através do levantamento de publicações indexadas, na base de dados LILACS- Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e ScIELO- (Scientific Electronic Library Online), publicadas nos últimos dez anos, com os descritores: *burnout*, estresse ocupacional, enfermagem e saúde do trabalhador. A amostra foi composta por 15 artigos que contemplavam a questão norteadora do estudo: Quais são os fatores desencadeadores do estresse e da síndrome de *burnout* em enfermeiros? Considera-se importante responder a esta pergunta com a maneira de identificar esses fatores, com a finalidade de atenuar os problemas existentes no ambiente de trabalho, dar suporte a esses profissionais, e propiciar-lhes melhor qualidade de vida dentro e fora da instituição. Os resultados revelam que a enfermagem se encontra como profissão de risco para o estresse ocupacional e *burnout* através de problemas organizacionais como: trabalho em turno, escassez de pessoal, falta de recursos materiais, sobrecarga laboral, falta de autonomia, relacionamento interpessoal, desvalorização, baixos salários, grande responsabilidade e sobrecarga emocional. Conclui-se, portanto, que conhecer esses fatores contribui para a implantação de melhoria nas condições de trabalho e diminuição do sofrimento destes trabalhadores.

Palavras-chave: *burnout*; estresse ocupacional; enfermagem e saúde do trabalhador.

ABSTRACT: Nurses may suffer physical and mental exhaustion arising from their activities, resulting in their illness. The aim of this study was to search the literature publications related to triggers of stress and burnout in nurses factors. This is a review study qualitative, through a survey of publications indexed in the LILACS - Latin American Literature data and Caribbean Health Sciences and ScIELO - (Scientific Electronic Library Online), published in the last ten years, with the descriptors: burnout, occupational stress, nursing and occupational health. The sample consisted of 15 items that contemplated the guiding question of the study: What are the triggering factors of stress and

1 - Enfermeira graduada pela Universidade Camilo Castelo Branco (UNICASTELO)

2 - Enfermeira graduada pela Universidade Federal de Uberlândia

burnout in nurses? It is considered important to answer this question identifying these factors, in order to mitigate the existing problems in the workplace, giving support to these professionals, and providing them with better quality of life inside and outside the institution. The results reveal that nursing is a profession of risk for occupational stress and burnout across organizational problems such as shift work, staff shortages, lack of material resources, work overload, lack of autonomy, interpersonal relationships, devaluation, low wages, great responsibility and emotional burden. It follows, therefore, that knowing these factors contributes to the implementation of improved working conditions and reduction of suffering of these workers.

Keywords: burnout; occupational stress; nursing and occupational health.

INTRODUÇÃO

O trabalho é uma atividade que pode ocupar grande parcela do tempo de cada indivíduo e do seu convívio em sociedade. Dejours (1992) *apud* Trigo *et al.* (2007)¹ afirma que o trabalho nem sempre possibilita realização profissional. Pode, ao contrário, causar problemas desde insatisfação até exaustão.

Segundo Rissardo e Gasparino (2013)², a enfermagem foi classificada, pela *Health Education Authority* como a quarta profissão mais estressante do setor público.

A primeira definição de estresse na área de saúde foi utilizada por Selye em 1956, como Síndrome Geral da Adaptação (SGA), decorrente de um evento que exige esforço do indivíduo em termos de adaptação³.

Essa condição ocorre também porque as atribuições do enfermeiro demandam muita atenção, discernimento e responsabilidade, fatores que podem influenciar diretamente na saúde física e mental do trabalhador e condicionar ao surgimento do estresse ocupacional⁴.

Estresse ocupacional é aquele oriundo do trabalho, ou seja, é um conjunto de fenômenos que se apresentam no organismo do trabalhador incapaz de enfrentar as demandas requeridas pela sua ocupação, podendo afetar sua saúde e seu bem-estar⁵.

Quando contínuo, favorece o aparecimento de doenças como hipertensão, úlcera, síndrome da fadiga crônica, distúrbios do sono, diabetes, transtornos depressivos e síndrome de *burnout*⁶.

A definição mais aceita sobre a síndrome de *burnout* fundamenta-se na perspectiva social-psicológica de Maslach & Jackson (1981), que a considera como uma reação à tensão emocional crônica, formada por três dimensões relacionadas, mas independentes — (a) exaustão emocional: caracterizada por falta de energia e entusiasmo, por sensação de esgotamento de recursos, ao qual pode somar-se o sentimento de frustração e tensão nos trabalhadores, por perceberem que já não têm condições de despendar mais energia para o atendimento de seu cliente ou

demais pessoas, como faziam antes; (b) despersonalização: caracterizada pelo desenvolvimento de uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional trate os clientes, colegas e a organização de maneira desumanizada; e (c) ineficácia: caracterizada por uma tendência do trabalhador a autoavaliar-se de forma negativa, tornando-se infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, com consequente declínio no seu sentimento de competência e êxito, bem como de sua capacidade de interagir com os demais⁷.

Com enfermeiros, diversos estudos foram realizados referentes ao *burnout* e suas implicações no cotidiano do trabalho desses indivíduos^{8,9,10,11}.

As organizações estão cada vez mais preocupadas com a qualidade de vida, o bem-estar e a saúde física e mental de seus colaboradores, devido ao fato de que o *burnout* produz sérias repercussões, tanto no âmbito laboral como pessoal, além de repercutir na qualidade da assistência prestada.

Diante do exposto, surge a questão norteadora do estudo: Quais são os fatores desencadeadores do estresse e da síndrome de *burnout* em enfermeiros?

Considera-se, portanto, importante identificar esses fatores, com a finalidade de atenuar os problemas existentes no ambiente de trabalho, dar suporte a esses profissionais, e propiciar-lhes melhor qualidade de vida dentro e fora da instituição.

O objetivo do trabalho foi pesquisar na literatura publicações relacionadas aos fatores

desencadeantes do estresse e da síndrome de *burnout* em enfermeiros.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão de caráter qualitativo, a fim de se recuperar o conhecimento acerca dos fatores desencadeadores do estresse e *burnout* em enfermeiros.

Para alcançar o objetivo proposto na pesquisa, realizou-se um levantamento das publicações indexadas na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), estando nela compreendida a Scientific Electronic Library Online (SciELO) e a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), utilizando como estratégia de busca os descritores: “*burnout*”, “estresse ocupacional”, “enfermagem” e “saúde do trabalhador”.

Para o refinamento da busca, utilizou-se, como critério de inclusão, artigos nacionais, escritos em português, publicados nos últimos dez anos, indexados na base de dados selecionadas e que abordassem a temática. Foram excluídas publicações não indexadas, não disponíveis na íntegra, com ano de publicação que não correspondia ao período preestabelecido e por não condizerem com o escopo da pesquisa.

RESULTADOS

A base de dados LILACS forneceu 309 artigos para o descritor *burnout*, 246 publicações para estresse, e 585 para a associação dos descritores enfermagem e saúde do trabalhador, enquanto a base de dados

SciELO forneceu 132 artigos com o descritor *burnout*, 30 para estresse ocupacional, e 41 para a associação de enfermagem e saúde do trabalhador.

Quando estabelecemos os limites mencionados, foram selecionados na LILACS 60 artigos para o descritor *burnout*, 35 para estresse ocupacional, e 78 para a associação de enfermagem e saúde do trabalhador.

Na SciELO foram selecionados de acordo com os critérios estabelecidos encontramos 25 ocorrências para *burnout*, 9 para estresse ocupacional e 7 para enfermagem e saúde do trabalhador.

Após o levantamento da literatura, o passo seguinte foi organizar o material por fichamento onde se constituiu uma primeira aproximação com o assunto. Na sequência foram realizadas releituras dos 214 artigos que envolviam o tema “estresse ocupacional e síndrome de *burnout* em enfermeiros”, com a finalidade de realizar uma análise interpretativa. Quinze artigos foram incluídos na revisão por preencherem os critérios de inclusão e objetivos discriminados anteriormente, e se encontram no disposto no Quadro a seguir:

Autor/Ano	Metodologia	Instrumentos Utilizados	População	Fatores desencadeantes
Rissardo, Gasparino, 2013	Estudo de caráter descritivo e transversal	Inventário de Burnout de Malasch	69 enfermeiros de um hospital público	Baixa remuneração, vários vínculos, sobrecarga do trabalho, longas jornadas, trabalho noturno
Santos, Cardoso, 2010	Estudo Qualitativo	Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos-Lipp	25 trabalhadores de saúde mental	Estrutura física precária, falta de recursos humanos e materiais, pressão no trabalho, dificuldades na execução de trabalho em equipe, relacionamento interpessoal prejudicado, baixa remuneração, sobrecarga laboral
Rocha, Martino, 2010	Estudo quantitativo, transversal, descritivo e comparativo	Aplicação da Escala Bianchi de Stress	203 enfermeiros de ambiente hospitalar	Correlação significativa dos altos níveis de estresse em enfermeiros do turno noturno

França, Ferrari, 2012	Estudo descritivo, com delineamento transversal, não experimental	Inventário de Burnout de Malasch	16 enfermeiros do ambiente hospitalar	Jornada de trabalho intensa e duplicada, sobrecarga emocional, insatisfação com o trabalho
Franco et al. 2011	Investigação exploratória-descritiva longitudinal-prospectiva	Inventário de Burnout de Malasch	Residentes de enfermagem	Sobrecarga profissional, falta de tempo para o lazer, inexperiência profissional, baixa remuneração
Galindo et al. 2012	Estudo descritivo, de corte transversal, censitário	Inventário de Burnout de Malasch	63 enfermeiros que pertenciam ao ambulatório, pediatria e tocoginecologia	Falta de profissionais, sobrecarga laboral, realização de tarefas com rapidez, baixo salário, dificuldade de ascensão profissional
Trindade, Lautert, 2010	Estudo descritivo, com abordagem quantitativa	Inventário de Burnout de Malasch	57 profissionais de enfermagem da Estratégia de Saúde da Família	Pouco tempo de profissão, insegurança na execução das atividades, falta de capacitação, remuneração insuficiente
Cunha, Souza, 2012	Revisão de bibliográfica		21 artigos	Sobrecarga de trabalho, condições inadequadas, relacionamento interpessoal conflituoso, falta de expectativa profissional de autonomia, insatisfação salarial
Ferrareze, Ferreira, Carvalho, 2006	Pesquisa Qualitativa	Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)	12 enfermeiras da Unidade de Cuidados Intensivos	Sobrecarga de trabalho, grande responsabilidade, desgaste emocional intenso, longas jornadas de trabalho, acúmulo de empregos, necessidade constante de qualificação
Dalmolin et al., 2012	Revisão integrativa		21 estudos	Condições inadequadas de trabalho, escassez de pessoal, sobrecarga e insatisfação no trabalho, sentimentos de frustração e impotência
Lima et al., 2013	Estudo descritivo com abordagem	Questionário semi-	30 profissionais de enfermagem	Falta de lazer, sobrecarga no trabalho, longas jornadas, insatisfação salarial,

	quantitativa	estruturado	de um hospital público	ritmo intenso, relacionamento interpessoal prejudicado
Martins, 2008	Estudo qualitativo	Entrevista semi-estruturada	8 enfermeiros atuantes na Unidade de Terapia Intensiva	Contato com sofrimento dos pacientes, falta de trabalho em equipe, falta de reconhecimento, burocracia no trabalho
Rodrigues, Chaves, 2008	Descritivo, exploratório	Inventário de estratégias de <i>coping</i> de Folkman e Lazarus	77 enfermeiros assistenciais	Contato com a morte, situações de emergência, problemas de relacionamento com a equipe, falta de pessoal, carga excessiva de trabalho
Guido, 2003	Estudo descritivo, comparativo, transversal e de campo com abordagem quantitativa	Inventário de <i>coping</i> de Lazarus e Folkman	17 enfermeiros atuantes no Centro Cirúrgico e Recuperação Anestésica	Falta de treinamento, grande responsabilidade profissional, falta de treinamento, relacionamento profissional prejudicado, condições de trabalho inadequadas
Guido et al., 2011	Estudo transversal	Inventário de estratégias de <i>coping</i>	143 enfermeiros de um hospital universitário	Relacionamento com equipe multiprofissional inadequado, falta de recursos materiais, gerenciamento da equipe, contato com a morte, ter que realizar as atividades com o mínimo de tempo possível

DISCUSSÃO

Para Cunha,¹² a enfermagem se encontra como uma profissão de risco ao desenvolvimento de estresse e *burnout* devido à característica exaustiva de seu trabalho, como também pela ampla gama de funções atribuídas ao enfermeiro.

A enfermagem é considerada como altamente estressante quando comparada com outras profissões, devido ao convívio diário

desses profissionais com a doença, sofrimento humano e a morte, o que pode causar instabilidade emocional¹³.

Além da função assistencial, realizam também tarefas administrativas que incluem administração de conflitos, processo decisório, orientação coordenação e supervisão da equipe de enfermagem, do ambiente e dos materiais¹⁴.

Ainda que o exercício da profissão de enfermagem requeira boa saúde física e

mental, muitas vezes os profissionais realizam atividades estafantes, em locais inadequados, sem proteção e atenção para evitar acidentes e doenças decorrentes da atividade⁶.

Os enfermeiros vivenciam cotidianamente os elementos geradores do estresse como escassez de pessoal, que ocasiona o acúmulo de tarefas e sobrecarga laboral, trabalho por turno e/ou noturno, falta de autonomia, inexistência de plano de cargos e baixa remuneração¹⁵.

A falta de recursos, tanto humano como materiais, associada a condições precárias para o atendimento, constitui um fator estressante importante, pois podem limitar a atuação destes profissionais, influenciando diretamente na qualidade da assistência³.

O acúmulo de tarefas sobrecarrega os profissionais, sendo um desafio entre o que há para ser feito e o tempo disponível para fazê-lo, deixando o trabalhador submetido à enorme tensão, particularmente, diante da responsabilidade de efetuar um trabalho qualificado, aumentando o cansaço, o desgaste e o esgotamento crônico¹⁰.

Lima *et al.*¹⁶ ressaltam que muitos desses trabalhadores, necessitam de vários vínculos de trabalho devido aos baixos salários, insuficientes para o sustento da família, o que os leva a procurar outras rendas, interferindo na qualidade de vida desses profissionais, que não têm tempo para descansar, para o lazer, convívio com a família e para qualificar-se. Galindo *et al.*¹⁰ verificaram que a percepção dos enfermeiros é de que a baixa remuneração é incompatível

com o esforço empregado nas tarefas, levando à percepção de falta de retribuição a sua dedicação.

Rocha⁴ observou em seu estudo que a associação dos níveis de estresse com as alterações do sono em enfermeiros que trabalham por longas ou duplas jornadas implica em prejuízos para a saúde e vida social. Silva *et al.*¹⁷ complementam que a alteração no ritmo biológico e o sono perdido não podem ser adequadamente recompensados, o que consequentemente leva a uma diminuição da capacidade mental e física¹⁷.

A falta de autonomia é outro fator vivenciado pela enfermagem, que em muitos aspectos dificulta o alcance das metas assistenciais e gerenciais. Pode-se perceber também que muitos profissionais não se permitem buscar estratégias para ultrapassar os obstáculos, podendo gerar conflitos, insatisfações, estresse, angústias que desencadeiam sentimentos de sofrimento no trabalho¹⁸.

A dificuldade de relacionamento gera tensões e conflitos, os membros perdem o espaço para o compartilhamento de experiências no ambiente de trabalho e a oportunidade de contribuir com ideias, minando a força da equipe, que implica em dificuldades no processo do trabalho, afetando a qualidade da assistência¹⁹.

A insatisfação dos trabalhadores com suas atribuições, somada à forma de supervisão à qual estão sujeitos, à falta de benefícios e políticas hospitalares voltadas para o trabalhador, pode levá-los a afastar-se dos

usuários, perdendo o sentimento de envolvimento profissional, como forma de reação e enfrentamento à condição estressante²⁰.

As consequências do adoecimento são indesejáveis tanto para o profissional quanto para o cliente e a instituição, pois se vincula a complicações da saúde física e mental, dificuldade de relacionamento, pouco comprometimento organizacional, baixo desempenho das atividades, alta rotatividade, maiores índices de absenteísmo, de acidentes de trabalho e aposentadoria precoce²¹.

É importante identificar os agentes estressores do trabalho para desenvolver possíveis estratégias para minimizar seus efeitos, tornando assim o cotidiano do enfermeiro mais produtivo, menos desgastante e, possivelmente, valorizá-lo mais como ser humano e como profissional²¹.

Diante desta problemática, torna-se necessário que as instituições tenham um planejamento, a fim de combater o *burnout*, fazendo com que os profissionais se sintam valorizados, motivados e, principalmente, trabalhem em um ambiente harmonioso e com recursos técnicos e humanos que favoreçam o desenvolvimento de suas atribuições².

França e Rodrigues²² explicitam como formas de enfrentamento ao estresse: técnicas de relaxamento, alimentação, esforço físico, repouso, lazer, sono, psicoterapia, autoconhecimento, reavaliação do limite de tolerância e exigência, convivência menos conflituosa com pessoas e grupos.

Do mesmo modo, ações educativas e atividades físicas, devem ser incentivadas, a fim de disponibilizar ferramentas para que o profissional desenvolva estratégias de *coping* resolutivas em seu dia a dia, minimizando o efeito do estresse na sua saúde e no seu trabalho²³.

CONCLUSÃO

Os resultados revelam que a enfermagem se encontra como profissão de risco para o estresse ocupacional e *burnout* através de problemas relacionados à organização e ao processo de trabalho como trabalho em turno, escassez de pessoal, falta de recursos materiais, sobrecarga laboral, falta de autonomia, relacionamento interpessoal, desvalorização, baixos salários, grande responsabilidade e sobrecarga emocional.

Observa-se que os enfermeiros das diversas áreas de atuação têm sofrido com estresse e *burnout*.

Esses fatores levam para uma desmotivação e insatisfação pessoal que acarretará em *deficits* tanto no âmbito laboral como pessoal.

Com base nisso, os gestores devem investir em programas de qualidade de vida no trabalho e prevenção e controle de estresse, para evitar o adoecimento e identificar precocemente os enfermeiros acometidos para tratamento imediato.

Conclui-se, portanto, que conhecer esses fatores contribui para a implantação de melhoria nas condições de trabalho e diminuição do sofrimento destes trabalhadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. TRIGO, T. R., TENG, C. T., HALLAK, J. E. C. Síndrome de *burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. Rev. psiquiatr. clín. 2007, 34 (5): 223-33.
2. RISSARDO, M. P., GASPARINO, R. C. Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público. Esc. Anna Nery. Rio de Janeiro, 2013 Jan-Mar; 17(1).
3. SANTOS, A. F. O., CARDOSO, C. L. Profissionais de saúde mental: estresse e estressores ocupacionais em saúde mental. Psicol. estud. Maringá; 2010 Apr/June, 15(2).
4. ROCHA, M. C. P., MARTINO, M. M. F. O estresse e qualidade de sono do enfermeiro nos diferentes turnos hospitalares. Rev Esc Enferm USP. 2010,44(2): 280-6.
5. SCHIMIDT, D. R. C. Modelo Demanda-Control e estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem: revisão integrativa. Rev Bras Enferm. 2013 set-out; 66(5): 779-88.
6. MUROFUSE, N. T., ABRANCHES, S. S.; NAPOLEÃO, A. A. Reflexões sobre estresse e *burnout* e a relação com a enfermagem. Rev Latino-am Enfermagem. 2005 Mar-Abr; 13(2): 255-61.
7. CARLOTTO, M. S., PALAZZO, L. S. Síndrome de *Burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores Cad. Saúde Pública. Rio de Janeiro 2006 May, 22(5)
8. FRANÇA, F. M., FERRARI, R. Síndrome de *Burnout* e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem Acta paul. Enferm. São Paulo, 2012. 25 (5).
9. FRANCO, G. P., BARROS, A. L. B. L., MARTINS, L. A. N., ZEITOUN, S. S. *Burnout* em residentes de enfermagem. Rev. esc. enferm. USP. São Paulo 2011 Mar, 45(1).
10. GALINDO, R. H., FELICIANO, K. V. O., LIMA, R. A. S., SOUZA, A. I. Síndrome de *Burnout* entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. Rev. esc. enferm. USP. São Paulo 2012 Apr, 46(2).
11. TRINDADE, L. L., LAUTERT, L. Síndrome de *Burnout* entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família Rev. esc. enferm. USP. São Paulo 2010 June 44 (2).

1 - Enfermeira graduada pela Universidade Camilo Castelo Branco (UNICASTELO)

2 - Enfermeira graduada pela Universidade Federal de Uberlândia

12. CUNHA, A. P., SOUZA, E. M., MELLO, R. Os fatores intrínsecos ao ambiente de trabalho como contribuintes da síndrome de *burnout* em profissionais de enfermagem. R. pesq.: cuid. fundam. Online. Ed. Supl. 2012 Jan-Mar, 29-32.
13. FERRAREZE, M. V. G.; FERREIRA, V., CARVALHO, A. M. P. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. Acta paul. Enferm. São Paulo, 2006 July-Set, 19 (3).
14. GAÍVA, M. A. M., SCOCHI, C. G. S. Processo de trabalho em saúde e enfermagem em UTI neonatal. Rev Latino Am. Enferm. 2004, 12(3), 469-76.
15. DALMOLIN, G. L., LUNARDI, V. L., BARLEM, E. E. L. D., SILVEIRA, R. S. Implicações do sofrimento moral para os(as) enfermeiros(as) e aproximações com o *Burnout*. Texto & Contexto Enferm. 2012, 21(1), 200-8.
16. LIMA, M. B., SILVA, L. M. S.; ALMEIDA, F. C. M., TORRES, R. A. M., DOURADO, H. H. M. Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho. R. pesq.: cuid. fundam. Online. 2013 Jan-Mar, 5 (1). 3259-66.
17. SILVA, R. M., BECK, C. L. C., MAGNAGO, T. S. B. S., CARMAGNANI, M. I. S., TAVARES, J. P., PRESTES, F. C. Trabalho noturno e a repercussão na saúde dos enfermeiros. Esc Anna Nery. 2011 abr/jun; 15(2): 270-6.
18. RODRIGUES, A. B., CHAVES, E. C. Fatores estressantes e estratégias de *coping* dos enfermeiros atuantes em oncologia. Rev Latino Am Enferm. 2008, 16 (1).
19. MARTINS, J. T. Prazer e sofrimento no trabalho do enfermeiro em Unidades de Terapia Intensiva: estratégias defensivas [tese]. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo; 2008.
20. LOPES, C. C. P., RIBEIRO, T. P., MARTINHO, N. J. Síndrome de *Burnout* e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro. Enfermagem em Foco 2012, 3(2): 97-101.
21. GUIDO, L. A. *Stress e coping* entre enfermeiros de Centro Cirúrgico e Recuperação Anestésica. [tese doutorado]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 2003.
22. FRANÇA, A. C. L., RODRIGUES, A. L. Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática. São Paulo: Atlas; 2011.

23. GUIDO, L. A., LINCH, G. F. C., PITTHAN, L. O., UMANN, J. Estresse, *coping* e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. Rev. esc. enferm. USP. São Paulo, 2011 Dez 45(6).